



*Утверждено
Заведующий МБДОУ № 109
И.А. Живенкова И.И.*

МБДОУ Г. МУРМАНСКА № 109

Меню 21 мая 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Если 12 часов		Сад 12 часов	
		Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая 1	150,0	144	180,0	173
	Батон в/с	30,0	79	40,2	106
	масло сливочное 5	4,0	29	4,1	30
	чай с молоком	150,0	52	170,0	59
Второй завтрак	Сок грушевый			146,3	70
	Сок 0,2 грушевый	100,0	48		
Обед	Салат из свеклы с огурцами консервированными	25,0	37	50,0	73
	Суп из овощей 200	150,0	116	180,0	139
	Соус томатный	25,0	56	30,0	67
	Жаркое по-домашнему (2)	110,0	159	180,0	260
	Компот из изюма	150,0	73	170,0	83
	Хлеб ржано-пшеничный	45,0	91	51,4	104
Уплотненный полдник	Омлет натуральный с маслом			130,0	195
	Булочка творожная	50,0	160	50,0	160
	Омлет натуральный	100,0	163		
	Молоко	150,0	80	146,8	78
	Батон в/с	30,0	79	36,1	95